



**PENERAPAN TERAPI BEKAM TERHADAP PENURUNAN SKALA
NYERI DENGAN KELUHAN *LOW BACK PAIN*
DI KLINIK ZEIN HOLISTIC MAKASSAR**

***THE APPLICATION OF CUPPING THERAPY ON PAIN SCALE
REDUCTION IN PATIENTS WITH LOW BACK PAIN AT ZEIN
HOLISTIC CLINIC MAKASSAR***

Nurhidayah^{1*}, Wa Ode Sri Asnanir², Eliaty Paturungi³, Nur Ilah Phadila⁴

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia Makassar

Email: nurhidayaahamir@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 26-09-2025

Revised : 27-09-2025

Accepted : 29-09-2025

Pulished : 01-10-2025

Abstract

Low Back Pain (LBP) is one of the most common musculoskeletal complaints. Non-pharmacological therapies such as cupping have been widely used as complementary approaches in pain management. To determine the effect of cupping therapy on reducing pain intensity in patients with Low Back Pain. This study employed a case study design with a nursing care approach involving one patient. Cupping therapy was performed for 15 minutes at Al-Akhda'ain and Azh-zhahr points. Pain intensity was measured using the Numerical Rating Scale (NRS) before and after the intervention. The nursing diagnosis based on the assessment of Mrs. H was acute pain. The intervention provided was cupping therapy, with evaluation results showing that on the first visit, March 18, 2025, the pain score decreased from 4 to 2, and on the second visit, April 10, 2025, the pain score decreased from 3 to 2. Cupping therapy is effective in reducing pain intensity in patients with Low Back Pain. This therapy is expected to serve as a complementary intervention option in nursing practice for pain management.

Keywords : Cupping Therapy, Low Back Pain, Reducing the Scale of Pain

Abstrak

*Low Back Pain (LBP) merupakan salah satu keluhan muskuloskeletal yang paling sering dijumpai, terapi non-farmakologis seperti bekam telah digunakan secara luas sebagai pendekatan komplementer dalam manajemen nyeri. Untuk mengetahui pengaruh bekam terhadap penurunan skala nyeri pada penderita *Low Back Pain*. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan pada satu pasien. Intervensi terapi bekam dilakukan selama 15 menit. Titik bekam disebut titik Al-Akhda'ain dan Azh-zhahr dengan pengukuran skala nyeri menggunakan *Numerical Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah terapi. Diagnosis keperawatan berdasarkan hasil pengkajian pada Ny.H yaitu nyeri akut. Implementasi yang diberikan adalah terapi bekam yang mana hasil evaluasi pada kunjungan pertama pada tanggal 18 Maret 2025 dengan skala nyeri 4 menurun menjadi 2 dan pada kunjungan kedua pada tanggal 10 April 2025 didapatkan skala nyeri 3 menurun menjadi 2. Terapi bekam efektif dalam membantu menurunkan skala nyeri pada pasien dengan keluhan *Low Back Pain*. Diharapkan terapi ini dapat menjadi salah satu pilihan intervensi komplementer dalam praktik keperawatan untuk manajemen nyeri.*

Kata Kunci : Terapi bekam, Nyeri punggung bawah, Penurunan skala nyeri



PENDAHULUAN

Nyeri punggung bawah (*Low Back Pain*/LBP) adalah masalah kesehatan yang tersebar luas dan memiliki dampak global yang signifikan. Beberapa penelitian telah menyoroti meningkatnya prevalensi LBP dan faktor risiko yang terkait. Di Tiongkok, Fan, Li, dan Wang (2023) melakukan sebuah studi yang menganalisis tren LBP dari tahun 1990 hingga 2019.

Menurut Global Burden of Disease Study tahun 2021, terdapat 619 kasus LBP di dunia di tahun 2020, dan pada tahun 2050 perkiraannya penderitanya akan naik sebesar 843 juta. Alasan utamanya karena penuaan dan pertumbuhan populasi (WHO, 2023)

Low Back Pain menurut WHO (2022) menyatakan bahwa gangguan musculoskeletal di dunia berjumlah 1,71 milyar sedangkan kejadian *Low Back Pain* merupakan masalah kesehatan ke 3 di dunia antara lain osteoarthritis di tahun 2022 berjumlah 528 juta orang, rematik di tahun 2020 berjumlah 335 juta orang dan data global pada tahun 2022 mencatat penderita *Low Back Pain* (LBP) mencapai 17,3 juta jiwa. Prevalensi tertinggi ditemukan di Amerika Selatan (13,47%), diikuti oleh Asia Pasifik (13,16%), sedangkan angka terendah berada di Asia Selatan (3,92%). Kawasan Asia Tenggara menunjukkan prevalensi 7,76% dan menempati urutan ke-14 dunia (WHO, 2022).

Penanganan *Low Back Pain* (LBP) dengan penerapan terapi komplementer seperti bekam telah terbukti secara ilmiah efektif dalam mengurangi intensitas nyeri melalui mekanisme pengeluaran zat inflamasi dan peningkatan sirkulasi darah pada area yang diterapi (Al-Eidi *et al.*, 2019). Penelitian (Kim *et al.*, 2022) membuktikan adanya penurunan 3 poin skala nyeri setelah 3 sesi terapi.

Penelitian yang telah dilakukan oleh (Shuwaibatul Aqlina *et al.*, n.d.) menunjukkan bahwa terapi bekam berpengaruh signifikan terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada pekerja kuli panggul di Desa Pulung Kencana, dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Selain itu, terapi bekam juga terbukti efektif pada pekerja bangunan, dengan rata-rata selisih sebesar 4,250, yang mengindikasikan bahwa bekam basah mampu menurunkan nyeri hingga empat kali lebih besar dibandingkan kondisi sebelumnya.

Penelitian yang dilakukan oleh (Zhang *et al.*, 2024) Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi bekam kering berpengaruh signifikan terhadap keluhan nyeri punggung bawah yang dialami responden, dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,005$). Hal ini membuktikan bahwa terapi bekam efektif dalam menurunkan intensitas nyeri punggung. Penelitian lain dilakukan oleh (Setyo Wahyudi *et al.*, 2023) Penelitian di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember membuktikan bahwa terapi bekam pada titik Rukbah berpengaruh signifikan dalam menurunkan nyeri sendi lutut pada lansia. Signifikansi ini ditunjukkan dengan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,005$).

Data Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan RI (2023) menunjukkan prevalensi *Low Back Pain* (LBP) di Indonesia mencapai 7,6–37% populasi, terutama pada kelompok usia produktif 25–55 tahun. Dampak yang ditimbulkan tidak sebatas pada aspek kesehatan individu, tetapi juga pada aspek ekonomi, berupa penurunan produktivitas kerja dan bertambahnya beban biaya pengobatan. Data nasional menunjukkan bahwa LBP menyebabkan kerugian ekonomi sebesar 2,8 triliun rupiah per tahun akibat hilangnya hari kerja dan biaya pengobatan (Kemenkes RI, 2023).



METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan pada satu pasien. Intervensi terapi bekam dilakukan selama 15 menit. Titik bekam disebut titik Al-Akhda'ain dan Azh-zhahr dengan pengukuran skala nyeri menggunakan *Numerical Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah terapi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada pembahasan kasus ini akan membahas tentang adanya kesesuaian antara teori dan hasil dari intervensi yang dilakukan yaitu, pengaruh penerapan terapi bekam pada Ny. H terhadap penurunan nyeri di klinik Zein *Holistic Therapy* Kota Makassar dimana intervensi tersebut diharapkan dapat mengurangi atau mengobati keluhan *Low Back Pain*. Pada tahap intervensi keperawatan kepada klien dengan masalah keperawatan nyeri akut yang merupakan diagnosa yang terjadi pada klien.

Penulis melakukan pengkajian pada tanggal 18 Maret 2025 dan didapatkan pada Ny. H berusia 61 tahun, jenis kelamin perempuan, pekerjaan IRT dan pendidikan terakhir S1, dengan keluhan nyeri punggung bawah. Hasil pengkajian penulis pada Ny.H menunjukkan bahwa nyeri seperti tertusuk-tusuk dan dirasakan Ketika Ny. H melakukan aktivitas yang berat, nyeri hilang timbul. Hal ini sesuai dengan pendapat (Yulia Dewi & Totok Budi Santoso, 2024) bahwa pasien dengan *Low Back Pain* dapat mengalami nyeri lokal di punggung bawah yaitu berupa rasa nyeri tumpul, tajam, atau seperti tertusuk. Nyeri punggung bawah yang dialami seseorang dapat berasal dari beban berat yang diangkat serta durasi pekerjaan yang lama (Shuwaibatul Aqlina *et al.*, n.d. 2025). Kondisi ini dapat tidak tertahankan sehingga membuat seseorang berkunjung kesarana pelayanan kesehatan untuk mengatasi rasa nyerinya.

Diagnosa keperawatan merupakan penilaian klinis mengenai respon klien terhadap masalah kesehatan (Tim Pokja SDKI SPP PPNI, 2017). Berdasarkan data hasil pengkajian pada klien ditemukan data-data untuk menegaskan masalah keperawatan menurut standar diagnosa keperawatan. Pada kasus nyata diagnosa keperawatan disesuaikan dengan kondisi klien secara langsung. Intervensi nonfarmakologis seperti terapi bekam, pijat, kompres hangat, dan latihan peregangan telah memberikan dampak positif terhadap penurunan nyeri punggung bawah (*Low Back Pain/LBP*) pada pasien.

Diagnosa keperawatan pada klien yang sesuai dengan teori yaitu nyeri Akut. Masalah ini ditemukan berdasarkan hasil pengkajian klien dengan menggunakan SDKI yaitu nyeri akut b.d agen pencedera fisik yang ditegaskan sesuai dengan teori (Tim Pokja SDKI, 2017) dengan data mayor keluhan nyeri pada punggung bawah, tampak meringis dan gelisah, nyeri yang dirasakan seperti tertusuk, nyeri dirasakan saat beraktivitas mengangkat beban berat, skala nyeri 4 (sedang) dari 1-10, durasi nya hilang timbul dan muncul saat beraktivitas. TD : 130/90mmHg, Nadi : 99x/menit, RR : 20x/menit, S : 36,6°C. Data ini didukung dalam teori (UMJ Nursing Library, n.d. 2024).

Studi ini sejalan dengan (Christopher L Knight, 2017) yang menegaskan bahwa nyeri punggung bawah akut merupakan diagnosis klinis yang valid. Pendekatan diagnosis yang tepat, termasuk anamnesis menyeluruh dan pemeriksaan fisik, serta penatalaksanaan konservatif yang sesuai, sangat penting untuk mencegah kronisitas dan meningkatkan kualitas hidup pasien terkait



dengan pernyataan tersebut dapat dikatakan bahwa pasien dengan keluhan *Low Back Pain* sangat mendukung untuk diberikan intervensi dari diagnosa nyeri akut.

Rencana tindakan dilaksanakan berdasarkan teori yang telah ditetapkan di dalam buku Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) dimana intervensi sesuai dengan diagnosa keperawatan yang ditemukan pada klien. Perencanaan asuhan keperawatan dengan masalah keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik dimana setelah dilakukan intervensi keperawatan 1x30 menit diharapkan tingkat nyeri menurun dengan kriteria hasil : klien mengatakan nyeri menurun, klien tidak meringis dan klien tidak gelisah dengan intervensi Manajemen Nyeri yaitu 1. Identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri, 2. Identifikasi skala nyeri, 3. Identifikasi respon nyeri non verbal, 4. Identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan, 5. Berikan teknik non farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri yaitu terapi bekam dan menjelaskan strategi meredakan nyeri.

Terapi bekam merupakan terapi non farmakologis yang berperan efektif meringankan gejala nyeri. Pada tahap implementasi atau penerapan dari suatu rencana, kebijakan, atau keputusan agar dapat diwujudkan dalam tindakan nyata (Syifa Mustaqim & Purwanti *et al.*, 2023) Tindakan keperawatan dengan terapi bekam pada klien Ny.H dilaksanakan tanggal 18 Maret dan 10 April 2025 di Klinik *Zein Holistik Therapy*. Dengan penerapan terapi bekam dilakukan selama 20-30 menit selama 1 kali dalam seminggu (Silvia, 2025).

Titik bekam yang diberikan pada Ny. H adalah Titik Al-Kahil yang terletak di pangkal tengkuk, titik ini dianggap sebagai titik utama dalam terapi bekam dan sering digunakan untuk berbagai kondisi kesehatan dan titik Zahrin (ZA 8-9, 16-17, 22-23) yang terletak di sepanjang tulang belakang, titik-titik ini digunakan untuk mengatasi nyeri punggung bawah dan gangguan pada tulang belakang lumbar hal ini sejalan dengan penelitian (Sekar Arum T *et al.*, 2021).

Didukung teori DNIC (Diffuse Noxious Inhibitory Control) yang menyatakan bahwa rangsangan nyeri yang diberikan pada satu area tubuh dapat mengaktifkan jalur penghambatan nyeri di sistem saraf pusat, sehingga mengurangi persepsi nyeri di area lain. Dalam konteks terapi bekam, hisapan pada titik ZA dapat memicu aktivasi DNIC, mengurangi nyeri primer pada punggung bawah (Al-Eidi *et al.*, 2019).

Berdasarkan prosedur bekam yang dilakukan di Klinik *Zein Holistic Therapy* pada Ny. H, implementasi yang dilakukan menunjukkan kesesuaian dengan protokol terapi nyeri akut *Low Back Pain* yang komprehensif. Tindakan bekam yang dilakukan pada area punggung bawah Ny. H mengacu pada prinsip-prinsip klinis yang telah teruji secara ilmiah, dengan memperhatikan kondisi kesehatan pasien secara menyeluruh. Pemilihan lokasi bekam disesuaikan dengan area nyeri spesifik, mempertimbangkan peta anatomi saraf dan titik-titik refleksi yang berkaitan dengan mekanisme pereda nyeri. Dimana (Setyo Wahyudi *et al.*, 2023) menyatakan bahwa penggunaan alat bekam harus menggunakan alat steril.

Prosedur sterilisasi dan persiapan yang dilakukan di Klinik *Zein Holistic Therapy* mencerminkan standar keamanan berbasis bukti ilmiah. Proses pembersihan area dengan antiseptik, penggunaan alat bekam steril, dan teknik skarifikasi yang tepat sesuai dengan rekomendasi penelitian klinis terkini tentang keamanan terapi bekam. Metode ini tidak hanya bertujuan mengurangi risiko infeksi, tetapi juga mengoptimalkan mekanisme terapi dalam



menurunkan nyeri dan meningkatkan proses penyembuhan. Pendekatan holistic yang diterapkan memungkinkan integrasi antara terapi tradisional dengan prinsip-prinsip medis modern.

Hasil evaluasi yang didapatkan pada pasien Ny.H dengan diagnosa nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik teratasi dimana setelah diobservasi klien mengatakan nyeri mulai berkurang, klien tampak nyaman, klien tampak cukup rileks, nyeri akut teratasi dengan skala nyeri 2 (ringan) dimana menandakan adanya perubahan skala nyeri sesudah diberikan intervensi keperawatan. Penurunan skala nyeri dari 4 menjadi 2 pada hari pertama, dan dari 3 menjadi 2 pada hari kedua, hal ini sejalan dengan teori (Anshori *et al.*, 2021) tentang bekam yang dapat menurunkan kadar kortisol plasma, hormon stres yang berperan dalam persepsi nyeri, sehingga berkontribusi pada pengurangan nyeri punggung bawah.

Hal ini didukung pula oleh penelitian (Sirotujani & Kusbaryanto, 2020) yang terdapat perbedaan skala nyeri dan kualitas tidur sebelum dan sesudah diberikan terapi bekam dengan P Value 0.000 ($P < 0.05$) sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh terapi bekam terhadap penurunan skala nyeri dan peningkatan kualitas tidur pada pasien *Low Back Pain* di Wilayah Kerja Puskesmas Batunyaa Lombok Tengah.

Dalam jurnal *Neurona* (Hidayati, 2019) menyatakan bahwa terapi bekam merupakan salah satu terapi tradisional yang banyak digunakan untuk meredakan keluhan nyeri. Terapi ini bekerja melalui efek antinosiseptif dengan cara stimulasi sistem saraf perifer dan menurunkan stres oksidatif, yang berkontribusi pada pengurangan nyeri. Hal ini sejalan dengan penelitian (Anshori *et al.*, 2021) menunjukkan bahwa penggunaan terapi bekam memiliki efek positif yaitu dapat mengurangi skala nyeri dari 3 hingga 8 dan nyeri punggung bawah non-spesifik, mengurangi intensitas nyeri VAS (visual analogue scale) mengurangi rasa sakit pada pasien nyeri leher, kadar kortisol plasma dan skor VAS menurun secara signifikan, memiliki sedikit efek samping, meningkatkan SST (skin surface temperature) dan mengurangi SBP (spontaneous bacterial peritonitis).

Berdasarkan penelitian (Anshori *et al.*, 2021) salah satu terapi nonfarmakologis yang tepat untuk mengatasi keluhan musculoskeletal disorders dibagian punggung bawah yaitu terapi bekam basah dimana terapi bekam basah dapat membersihkan serta mengeluarkan darah dari sisa metabolisme tubuh, membantu meringankan keluhan kram otot dan nyeri.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan pengkajian pada pasien Ny. H dengan keluhan *Low Back Pain* didapatkan hasil pemeriksaan dari data subjektif yaitu pasien mengatakan nyeri punggung bagian bawah, P: saat melakukan aktivitas, Q: nyerinya seperti tertusuk- tusuk, R: nyeri pada punggung bawah, S: 4 dan T: hilang timbul. Adapun dari data objektif yaitu pasien tampak meringis saat menggerakkan pinggangnya, TD: 130/90 mmhg, Suhu: 36,6 °C, Nadi: 99x/m, dan Respirasi :20x/m.

Diagnosa keperawatan yaitu nyeri akut b/d agen pencedera fisik, intervensi keperawatan yaitu manajemen nyeri. Implementasi yang dilakukan yaitu memberikan teknik nonfarmakologis yaitu terapi bekam basah dan pada evaluasi didapatkan penurunan nyeri dari skala 4 (nyeri sedang) menjadi skala 2 (nyeri ringan).



UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Klinik Zein Holistic Makassar atas fasilitas dan kesempatan yang diberikan untuk melakukan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Christopher L Knight, MDRichard A Deyo, MD, MPHThomas O Staiger, MDJoyce E Wipf, M. (n.d.). *Treatment of acute low back pain*. https://www.uptodate.com/contents/treatment-of-acute-low-back-pain?utm_source.com
- Dwi Rahmawati, A. L. (2022). Asuhan Keperawatan Post Operasi Ginekologi Dengan Nyeri Pada Ibu. S dan Ibu. J di Rumah Sakit Wilayah DKI Jakarta. *Indonesian Journal of Nursing Scientific*, 2(1), 34–42. <https://doi.org/10.58467/ijons.v2i1.13>
- Hadi, I., Rosyanti, L., Askrening, A., & Herman, H. (2022). Pengaruh Terapi Komplementer Bekam Basah terhadap Perubahan Darah Rutin Perokok Aktif di Kota Kendari: Penelitian Kuasi Eksperimen. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 14(1), 51–65. <https://doi.org/10.36990/hijp.v14i1.499>
- Hilmi, A. H., Rasyidah, A., Hamid, A., Abdul, W., & Assyahid, R. (n.d.). Current Trends and Risk Factors in Low Back Pain: An Ergonomic Perspective on Prevention and Management. In *Malaysian Journal of Ergonomics (MJEr)* (Vol. 6).
- Huang, Y., Li, C., Chen, J., Jiang, Y., Yang, Y., Yang, J., Wang, Z., Zhao, D., Luo, M., Pu, F., Zhang, Z., & He, B. (2023). Multidimensional risk factor analysis of acute low back pain progressing to chronicity: a longitudinal cohort study protocol. *Frontiers in Medicine*, 10. <https://doi.org/10.3389/fmed.2023.1194521>
- Kim, K. S., An, J., Kim, J. O., Lee, M. Y., & Lee, B. H. (2022). Effects of Pain Neuroscience Education Combined with Lumbar Stabilization Exercise on Strength and Pain in Patients with Chronic Low Back Pain: Randomized Controlled Trial. *Journal of Personalized Medicine*, 12(2). <https://doi.org/10.3390/jpm12020303>
- Setyo Wahyudi, P., Widada, W., & Shodikin, M. (2023). Terapi Bekam Rukbah Pada Nyeri Sendi Lutut Lansia Di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. *International Journal of Islamic and Complementary Medicine*, 4(1), 31–36. <https://doi.org/10.55116/ijicm.v4i1.58>
- Shuwaibatul Aqlina, D., Lestantyo, D., & Susanto, N. (2024). *Literature Review: Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Nyeri Punggung Bawah (Low Back Pain) Pada Pekerja Industri*. silvia. (2025). *Pengaruh Terapi Bekam Titik Al Warik Terhadap Penurunan Skala Nyeripada Penderita Low Back Pain di Klinik Holistik Nursing TherapyProbolingo*. <https://doi.org/https://doi.org/10.59841/jumkes.v3i2.2573>
- Sirotujani, F., & Kusbaryanto, K. (2020). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dan Peningkatan Kualitas Tidur Pada Pasien Low Back Pain (LBP). *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(1), 146–157. <https://doi.org/10.33859/dksm.v10i1.453>
- Tiasna, R. K., & Wahyuningsih, A. S. (2023). Keluhan Low Back Pain pada Pekerja di Sentra Pembuatan Garam. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 7(1), 19–31. <https://doi.org/10.15294/higeia.v7i1.59877>
- UMJ Nursing Library. (n.d.). Diagnosa Low Back Pain. *UMJ Nursing Library*. https://lib.fikumj.ac.id/index.php?bid=5432&fid=17995&p=fstream-pdf&utm_source.com
- WHO. (2022, July 14). *musculoskeletal health*. <https://www.who.int/news-room/fact->



Sheets/Detail/Musculoskeletal-Conditions.

WHO. (2023, June 19). *low back pain*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/low-back-pain>.

Yulia Dewi, & Totok Budi Santoso. (2024). Upaya Peningkatan Pengetahuan Low Back Pain (LBP) pada Lansia di Pos Lansia Garuda RW 26 Sibela Mojosongo. *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(1), 47–51. <https://doi.org/10.55606/jppmi.v3i1.1100>

Zhang, J., Jiang, N., Xu, H., Wu, Y., Cheng, S., & Liang, B. (2024). Efficacy of cognitive functional therapy in patients with low back pain: A systematic review and meta-analysis. In *International Journal of Nursing Studies* (Vol. 151). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2023.104679>